

**Beziehungs-Befragung gegen die Tücken der alltäglichen Gleichgültigkeit**  
(mindestens halbjährlich anzuwenden)

1. Wie geht es mir gerade in der Beziehung mit ..... / ..... ?
2. Was nervt an ..... / ..... manchmal?
3. Was wünschst du dir von ..... / ..... mehr?
4. Wie decken sich unsere gemeinsamen Interessen?  
 0-20 Prozent     20-50 Prozent     50-70 Prozent     70-100 Prozent
5. Wie oft hatten wir in den letzten 6 Monaten richtig Streit?  
 gar nicht     1-2 mal     3-6 mal     viel zu oft
6. Wie oft waren wir in den letzten 6 Monaten zusammen auf Tour  
(Kino, Konzert, Theater, Ausstellung etc.)?  
 gar nicht     1 bis 10 mal     10 bis 20 mal     mehr als 20 mal
7. Wie oft haben wir gemeinsame neue Ideen?  
 ständig     manchmal     viel zu selten     nie
8. Gibt es zur Zeit größere Probleme (aller Art), die die Beziehung belasten?
9. Was hat sich seit der letzten Befragung positiv verändert?
10. Hat ..... / ..... im letzten halben Jahr zugenommen?  
 kaum     3 bis 5 kg     5 bis 10 kg     abgenommen
11. Sind Zärtlichkeiten und Sex ok?  
 wie am Anfang  
 schön aber seltener geworden  
 ich wünsche mir mehr Pepp, zum Beispiel:  
.....  
 ich würde gerne etwas neues ausprobieren, zum Beispiel:  
.....  
 was ist das?
12. Was sollte ..... / ..... in der Beziehung ändern?

Ein Wort zum Schluss:

**Aufgaben, die sich hieraus ergeben:**

nächste Befragung am: